# Manual 874 E



MONARK
SPORTS & MEDICAL

# Innehåll



## Viktigt

Läs manualen noggrant innan du använder cykeln och spara den för framtida bruk.

# Monark Exercise AB

Monark har 100 års erfarenhet av cykeltillverkning. En tradition som gett kunskap, erfarenhet, och känsla för produkt och kvalitet. Sedan början av 1900-talet har Monarks cyklar varit ett levande bevis på exakthet, pålitlighet, hållfasthet och service. Det är anledningarna till att vi idag är världsledande på ergometercyklar och marknadsledande i Skandinavien på transportcyklar.

Vi tillverkar, utvecklar och marknadsför ergometer- och träningscyklar, transport- och specialcyklar. Våra största kundgrupper hittar vi inom sjukvård, idrottsmedicin, myndigheter, industri och postverksamhet.

För mer information: www.monarkexercise.se






**Monark Exercise AB erbjuder en användarutbildning till alla svenska köpare av test- och träningscyklar. Se vår hemsida, www.monarkexercise.se, för ytterligare information.**

# Produktinformation

*Vi gratulerar till din nya ergometercykel!*

Monark Ergometer 874 E är en säker och lättanvänd cykel för konditionstester och arbetsprov. Den har ett bromssystem där arbetsbelastningen bestäms genom att vikter läggs i viktkorgen. Det patenterade viktkorgssystemet kräver ingen kalibrering, vikternas exakthet säkerställer att arbetsbelastningen är korrekt.

**OBS!**
**Användning av produkten kan innebära ansenlig fysisk påfrestning. Därför rekommenderas personer som inte är vana vid konditionsträning, eller inte känner sig helt friska, att först kontakta läkare för rådgivning.**

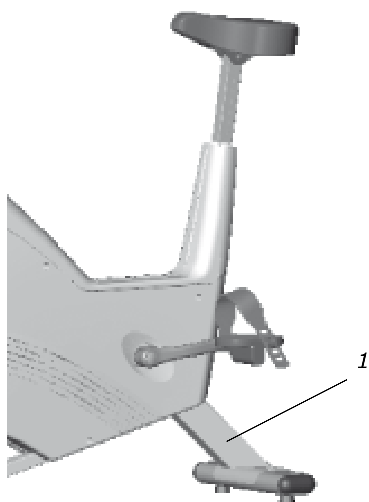



*Fig: Serienummer (1)*

## Fakta

- Stort välbalanserat bromshjul, vikt 20 kg
- Höj- och sänkbar sadel och styre
- Stabil ram
- Pulverlackerad
- Praktiska transporthjul
- Elektronisk mätare med puls

**Bredd**
517 mm vid styre
640 mm vid stödben

**Längd**
1120 mm

**Höjd**
945-1295 mm vid styre
780-1105 mm vid sadel

**Vikt**
57 kg (utan vikter)
Max användarvikt 250 kg

**Ingår**
- Pulsbälte
- Viktsats bestående av:
  4 st. 0,1 kg
  1 st. 0,5 kg
  4 st. 1,0 kg

## Serienummer

Serienumret är placerat enligt *fig: Serienummer.*

## PC-program

Vid behov av datorprogram för att göra tester på cykeln finns vår programvara att ladda ner gratis från vår hemsida: www.monarkexercise.se.

# Funktionsbeskrivning

## Belastningsreglering

Genom cykling tillförs rörelseenergi till bromshjulet som bromsas upp med en bromslina vilken löper runt större delen av bromshjulets bromsbana. Ändring av bromseffekten sker antingen genom annan tramphastighet, eller med hjälp av vikterna öka eller minska bromslinans spänning mot bromshjulet. Vikterna finns i storlekarna 1 kg, 0,5 kg och 0,1 kg. Detta gör att bromskraften kan varieras från 1 kp till maximalt 11 kp i steg på 0,1 kp. Bromskraften uttrycks i kp där massan 1 kg ger bromskraften 1 kp.

OBS! 1 kp är den minsta belastning som kan ställas då detta motsvarar korgens egenvikt som är 1 kg. En viktkorg som endast väger 0,5 kg finns som tillbehör. Se *fig: Belastningsreglering*.




*Fig: Belastningsreglering*
*1) Viktkorg med vikter*

## Effektmätning

Cykeln är konstruerad för att mäta bromseffekten på bromshjulet då tester/protokoll är utformade efter detta (exempelvis Åstrands och YMCA).

## Cykelinställningar

Sadelhöjden ställs in så att man sitter bekvämt. Lämplig höjd kan vara att ha knäet lätt böjt när fotbladet är mitt över pedalaxeln samtidigt som pedalen är i bottenläge. Vid justering av sadelhöjden lossa låsratten(1). Se *fig: Justeringar.*

Styrets inställning skall ge en bekväm sittställning. Vid längre tids cykling kan det vara lämpligt att ändra inställningen. Styret justeras genom att lossa på styrets låsvred(2). Se *fig: Justeringar.*

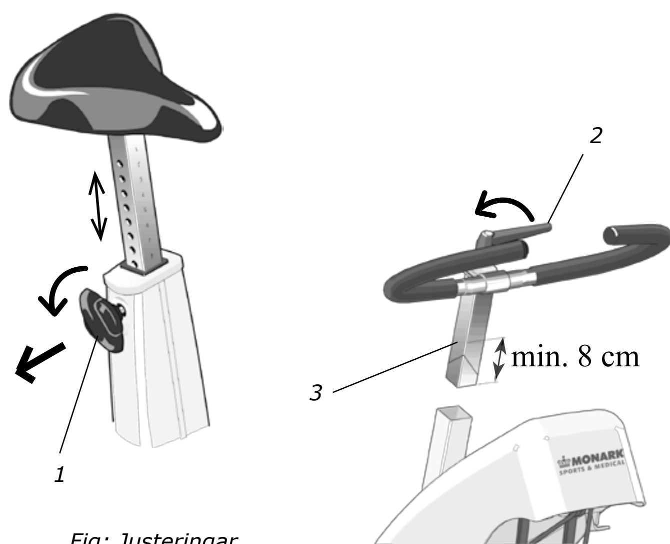
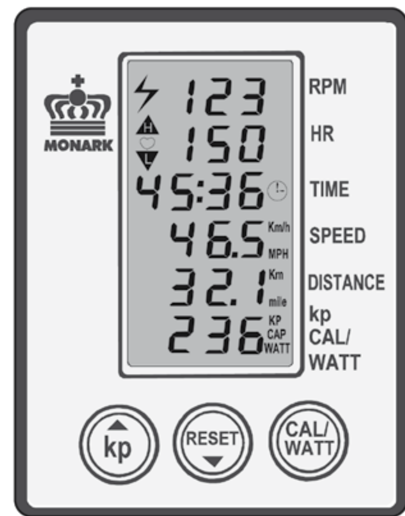



*Fig: Justeringar*
*1) Låsratt, sadel*
*2) Låsvred, styre*
*3) Minsta isättningslängd*

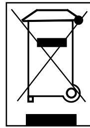
**OBS! Var noga med att styrets isättningslängd i styrhuvudet är minst 8 cm. Detta är markerat med ”MAX” på styrstammen(3).**

## Mätarinstruktioner

| Display | | |
|---|---|---|
| Pedalvarv (RPM) | 0-250 | varv/min |
| Hjärtfrekvens (HR) | 50-240 | slag/min |
| Tid (TIME) | 0:00-99:59 | min:sek |
| Hastighet (SPEED) | 0-99 | km/h |
| Sträcka (DISTANCE) | 0.0-99.9 | km |
| Bromskraft (kp) | 0.0-7.0 | kp |
| Kalorier (CAL) | 0-999 | kcal |
| Effekt (WATT) | 0-7 x rpm | watt |




Batterier: 1.5 V x 2, R6 (AA)
Lagringstemperatur: -10º C - +60º C
Arbetstemperatur: 0º C - 50º C



Ergomedic 874 E är utrustad med en elektronisk mätare som visar pedalvarv per minut (RPM), hjärtfrekvens i slag per minut (HR), tid i minuter och sekunder (TIME), tänkt cyklingshastighet i km per timme (SPEED) samt tillryggalagd sträcka i km (DISTANCE). Dessutom kan bromskraften (kp = viktkorg + vikter i kg) ställas in vilket ger en korrekt indikering av kaloriförbrukning (CAL) samt effekt i watt (WATT). Den förbrukade energin uttrycks vanligen i cal (kilokalorier, kcal) eller kJ (kilojoule). En kcal är ca 4,2 kJ. Effekten är beroende av trampvarvtalet vilket gör att watt-talet kan finjusteras genom att öka, alt. minska trampfrekvensen.

Vid tryck på någon knapp, eller vid rörelse på veven, ges en signal till mätaren som aktiverar samtliga funktioner.

Vid fönstret för hjärtfrekvens (HR) tänds en hjärt-symbol vilket betyder att mätaren söker efter en pulssignal från en yttre sändare, ett bröstbälte. Kan mätaren inte hitta någon signal kopplas funktionen för mätning av hjärtfrekvens automatiskt bort efter 30 sekunder. Detta syns genom att hjärt-symbolen slocknar. Denna funktion kan åter startas upp genom att trycka på någon knapp.

Tid börjar räknas automatiskt i och med att pedalerna trampas runt. Värden för tid (TIME), sträcka (DISTANCE) samt kalorier (CAL) kan nollställas genom att trycka på RESET-knappen i mer än två sekunder.

För att fönstret med kalorier och watt skall visa rätt värden skall kp (bromskraften) ställas in till det belastningsvärde som motsvaras av viktkorgen (pålagda vikter + korgens vikt 1 kg). Gummiplattorna ingår i den kalibrerade vikten för 1 kg viktkorg.

Exempel: Korg + vikter väger 3 kg. Tryck på kp-knappen till vänster på mätaren. Nedre displayfönstret visar nu kp-värdet. Öka i steg om 0.1 med kp-knappen (pil upp), alt. minska med RESET-knappen (pil ner), tills värdet stämmer överens med viktkorgens totala vikt, i detta fall 3.0. Tryck därefter på CAL/WATT-knappen och cykelns bromseffekt i watt kommer att visas. Vid ytterligare tryck på CAL/WATT-knappen hoppar visningen mellan kalorier alt. watt. Det watt-tal som visas kommer att vara beroende av trampvarvtalet på veven. Watt-talet kan därför finjusteras genom att öka eller minska trampfrekvensen. Kaloriförbrukningen räknas upp kontinuerligt.

Utsätt inte den elektroniska mätaren för direkt solljus eller extremt höga temperaturer. Använd inga lösningsmedel vid rengöring, utan endast torr trasa.

## Kaloriberäkning

Det har funnits olika teorier om hur man beräknar detta eftersom det är beroende på en mängd faktorer och detta innebär att det endast kan ses som en uppskattning.

Vi har valt den nedan angivna formeln som vi anser överensstämmer med de resultat som erhållits för en vanlig cykelposition.

Som standardberäkning när vi visar kalorier på våra kalibrerade cyklar använder vi: 1 minut med 100W ger 7 kcal.

Det är lätt att konvertera watt till kalorier om det var på bromshjulet (formeln är $1W=0,2388x10^{-3}$ kcal/s med fyra decimaler), men när du normalt visar kalorier vill du visa den totala mängden kalorier din kropp har använt under din träning, inte bara de kalorier som ”bränts” på bromshjulet.

## Justering av bromslinans spänning

Kontrollera först att bromslinan ligger rätt på bromsbanan. Se *fig: Bromslina* och *Bromsanordning*. Lägg därefter 4 kg i viktkorgen(4), se *fig: Bromsanordning*. Drag runt bromshjulet med handen. Korgen skall nu lyftas upp så att avståndet till bromshjulet är minst 40 mm och max 60 mm. Sker inte detta måste bromslinans längd justeras vid spänncentrum.

Lossa på låsbygeln(2) och justera längden på linan. Hänger korgen för lågt - sträck linan något. Hänger korgen för högt - släpp något på linan. Vrid spänncentrum(3) cirka ett kvarts varv samtidigt som linan är sträckt. Lås därefter bygeln på nytt och kontrollera enligt ovan att avståndet mellan korgen och bromshjulet är mellan 40 och 60 mm när bromshjulet dras runt.

För att ge rätt belastning kan korgen i princip hänga var som helst mellan bromshjulet och spänncentrumets raminfästning. Observera dock att spänncentrumets stopp ej får gå emot i sitt övre eller undre stoppläge med någon del. I så fall sätts självjusteringen ur spel och därmed kan rätt bromsmotstånd ej erhållas.

**OBS!**
**För att erhålla rätt bromsmotstånd är det viktigt att viktkorgen hänger enligt ovan beskrivning. Viktkorgen får inte hänga för lågt så att den tar i bromshjulet. Den får heller inte hänga för högt då fel motstånd kan erhållas.**

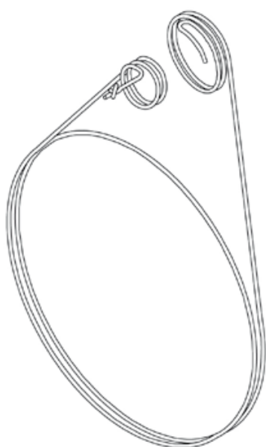


Fig: Bromslina

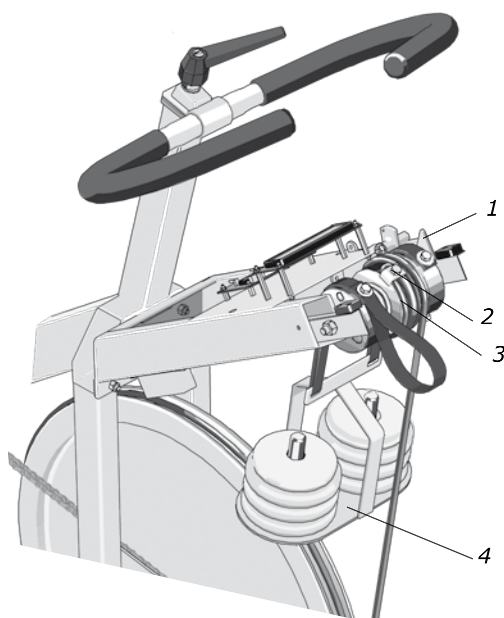



Fig: Bromsanordning
1) Stopp
2) Låsbygel
3) Spänncentrum
4) Viktkorg

## Pulsfrekvens

Personens hjärtfrekvens kan mätas med pulsbälte som känner av pulsslagen från hjärtat. Pulsbältet levereras med som standard.

Problemfri pulsmätning kräver att pulsbältet är rätt placerat. När det sitter på ska logon på bältet sitta centralt och vara läsbart utåt och rättvänt av en annan person. Innan man sätter på bältet ska man se till att huden där man placerar bältet är rengjord. Pulsbältet bör sättas fast på ett bekvämt sätt med lagom spänning just under bröstmuskeln precis nedanför brösten, se *fig: Placering pulsbälte*. Fukta elektroderna innan användning, se *fig: Elektroder baksida pulsbälte*. För att få kontakt med cykelns mottagare bör inte avståndet vara mer än 100 cm. Det är extra viktigt att vid första användningstillfället identifiera pulsbältet med sensorn, genom att stå alldeles intill för att få puls (max 60 cm).

OBS! Elektromagnetiska vågor kan störa pulsfunktionen när telemetrisystemet används. Mobiltelefoner och liknande ska därför ej användas i närheten av cykeln under pågående test.

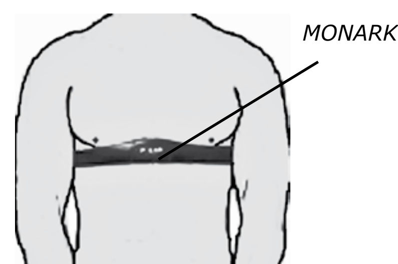



Fig: Placering pulsbälte

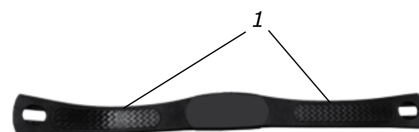



Fig: Elektroder baksida pulsbälte (1)

# Felsökning

| Symtom | Trolig orsak/åtgärd |
| --- | --- |
| Displayen fungerar inte | • Kontrollera att batterierna är ok. |
| Ingen pulsfrekvens visas | • Kontrollera att batteriet är ok på pulsbandet genom att fukta tummarna och klicka på elektroderna. Ett svagt ljud skall då höras vid batteriluckan alt. att pulsvärden skall synas i displayen.<br>• Kontrollera att bältet sitter korrekt på testpersonen och att resåren är tillräckligt tight. Se så att elektroderna är fuktade, i svåra fall kan det vara nödvändigt att använda gel alt. någon droppe diskmedel blandat i vatten. Pulssignalens styrka kan variera från person till person, testa bältet även på en ”känd” person som har bra puls återgivning. |
| Oregelbunden puls | • Använd en extern enhet (t. ex. pulsklocka) för att kontrollera om även den har en oregelbunden puls. Om så är fallet beror det troligen på störning i rummet. Störningen kan komma av elektroniska fält från starkströmkablarna, hissar, lysramper m.m. eller att andra elektroniska enheter står för nära (t. ex. mobiltelefoner). Flytta cykeln till en annan plats i rummet eller byt lokal. Kvarstår oregelbunden puls bör manuell kontroll ske. Är pulsen fortfarande oregelbunden vid arbete bör man utreda personens hälsa. |
| Det knäpper till vid varje tramptag (ökar med belastningen) | • Pedalerna är ej riktigt åtdragna, dra åt eller byt pedaler<br>• Det är glapp i vevarmarna, dra åt<br>• Glapp i vevlagret, kontakta din återförsäljare för service |
| Skrapljud hörs när man trampar | • Kontrollera att transportklossarna är borttagna samt att någon kåpa inte skrapar emot |
| Det knäpper och knakar när man trampar | • Slacka kedjan en aning. |
| Problem uppstår med dator-programmet | • Skriv ett mejl på engelska till mjukvaruutvecklaren HUR labs support: software@hur.fi |

# Service

Observera att servicetexten är allmän och att den i alla delar kanske inte gäller för just din cykel.

## Varning

Kontrollera att den spänning som anges på apparaten överensstämmer med den lokala nätspänningen innan du ansluter apparaten.

## Garanti

**Sverige - Konsument**
Om ett fel skulle uppstå på din cykel gäller konsumentköplagen och då vänder du dig till det ställe där den är inköpt. Följande gäller: fel som visar sig inom sex månader anses som ursprungsfel som skall åtgärdas av säljaren utan kostnad för kund. Gäller dock inte om kund inte följt skötselanvisningar eller vanvårdat varan. Efter sex månader är det upp till kund att visa att varan hade ett ursprungligt fel.

**Sverige - Yrkesmässig användning**
Vid ett eventuellt produktfel gäller köplagen, dvs. ett år.

## Regelbunden servicekontroll och underhåll

För att hålla din cykel i gott skick bör den underhållas och genomgå regelbunden service.

Servicepunkt:

- Önskas cykeln behandlas med ytdesinfektionsmedel rekommenderas ett isopropanolbaserat preparat. Använd fuktad men ej blöt trasa eller svamp till att torka ytorna man vill desinfektera.
- Håll alltid cykeln ren och välsmord (1 ggr/v).
- Ytbehandla då och då med något rostskyddsmedel, speciellt när den är rengjord och ytorna torra. Främst bör man skydda kromade och zinkade delar men även lackerade delar mår bra av samma skydd (4 ggr/år).
- Kontrollera med jämna mellanrum att pedalerna är ordentligt åtdragna. Om inte kommer gängorna i veven att skadas. Kontrollera även att vevarmarna är ordentligt fastdragna på vevaxelns fyrkantsfattning, efterdrag vid behov. När cykeln är ny är det viktigt att efterdra pedalerna efter 5 timmars användning (4 ggr/år).
- Se till att pedalarmarna sitter ordentligt fast på vevaxeln (4 ggr/år).
- Känn efter så att pedalerna roterar mjukt och att pedalaxeln är ren från diverse smuts (4 ggr/år).
- I samband med rengöring och smörjning kontrollera att alla skruvar och muttrar är ordentligt åtdragna (2 ggr/år).
- Kontrollera att kedjan går jämnt och att det inte finns något glapp i vevlagret (2 ggr/år).
- Se till att pedaler, kedja och frigångskrans är smorda (2 ggr/år).
- Se efter att bromsbandet inte visar stora förslitningskador (2 ggr/år).
- Kontrollera att vreden till styre och sadel är smorda (2 ggr/år).
- Försäkra dig om att alla rörliga delar såsom vevaxel och svänghjul fungerar normalt och att inget onormalt glapp finns. Glapp i t.ex. lager orsakar snabb förslitning och därmed kraftigt reducerad livslängd.
- Kontrollera att bromshjulet ligger i centrum och roterar jämnt.

## Batterier

Om mätaren är batteridriven bifogas batterier i en separat förpackning vid leverans. Om lagringstiden varit lång kan batterieffekten vara för låg för att mätaren skall fungera. Batterierna måste då bytas ut till nya.

## Bromshjulslagring

Lagren i bromshjulet är livstidssmorda och fordrar normalt inga åtgärder. Om fel i lagren misstänks eller konstateras, vänd er till fackman för byte.

## Vevlager

Vevlagringen är av typen kassettvevlager och fordrar normalt inga åtgärder. Om fel i lagringen konstateras eller misstänks vänd er till fackman för byte.

## Transport

Vid transport ska helst en viss spänning finnas kvar i bromssystemet för att förhindra att bromsremmen åker av hjulet.

## Bromsbandsbyte

För att byta bromsband/bromslina, ta av skyddskåpor vid behov. Se till att bromsbandet ej är åtspänt.

Alt. 1: För att lossa bandet på pendelcyklar med motor, koppla ström till enheten och lyft pendeln till 4 kp. Håll kvar där tills bromsbandet känns löst. Observera hur bandet är monterat. Ta av det från cykeln. Montera därefter nytt bromsband i omvänd ordning.

Alt 2: För att lossa linan på viktkorgscyklar hissa upp korgen i sitt övre stoppläge. Lossa låsbygeln som håller fast linan och ta bort linan från spänncentrum. Lossa alt. klipp av knuten i andra linändan och tag därefter bort hela linan från cykeln. Vid montering av ny bromslina, för först in ena ändan i spänncentrumets linhål samt gör en knut och låt den därefter falla in i hålrummet. Lås linändan med låsbygeln.

Alt. 3: För att lossa bandet på övriga cyklar vrid av allt motstånd. Observera hur bandet är monterat. Ta av det från cykeln. Montera därefter nytt bromsband i omvänd ordning.

OBS!
I samband med byte av bromsband bör bromsbanan rengöras. Se avsnitt ”Bromsbana”.

## Bromsbana

Smutsbeläggning på bromsband och bromshjulets bromsbana kan ge ryck i belastningsanordningen. Bromshjulets bromsbana bör då slipas med fin slipduk, och sedan torkas med en torr trasa eller dylikt.

Ta bort eventuella skyddskåpor och ta bort allt motstånd på bromsbandet och kräng av det. Slipa därefter bromsbanan med en fin slipduk. Slipning kan lättare genomföras om någon sitter och trampar försiktigt på cykeln.

Ojämnheter i bromsbanan tas också bort med ett fint slippapper eller slipduk. I annat fall slits bandet onödigt hårt, samtidigt som oljud uppstår.

Håll alltid bromsbanan torr och ren. Något smörjmedel får absolut inte användas. Bromsbandet bör regelbundet kontrolleras med avseende på slitage. Om det ser slitet ut bör det bytas, se ”Bromsbandsbyte”.

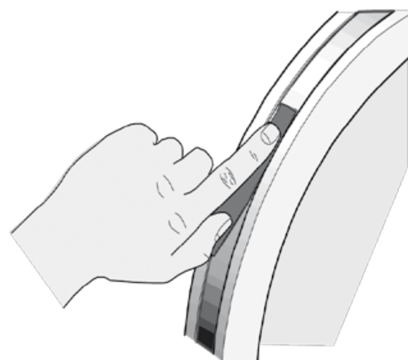


*Fig: Bromsband*

## Kedja 1/2" x 1/8"

Kontrollera med jämna mellanrum att kedjan är rätt spänd och lagom smord. På mitten av sin fria längd bör kedjan ha ett spel(3) på ca 10 mm. Se *fig: Kedjejustering*. Vid cirka 20 mm:s spel bör kedjan sträckas. I annat fall orsakas onormal förslitning både på kedja och kedjehjul. På grund av detta rekommenderas att alltid hålla spelet nära minimum. Lossa hjulaxelmuttern(2) på båda sidor och sträck kedjan med hjälp av kedjesträckarna(1) vid behov.

När kedjan blivit så lång att den inte längre kan sträckas med kedjesträckarna är den utsliten och skall bytas ut mot en ny.

För att justera eller byta kedja ta bort ramkåpor vid behov.

Vid inställning av kedjan lossas hjulaxelmuttrarna(2). Nav och axel flyttas därefter framåt eller bakåt genom att lossa eller skruva åt kedjesträckarnas muttrar(1). Drag därefter fast muttrarna på navaxeln igen. Se *fig: Kedjejustering*.

För att byta ut kedjan lossa på kedjesträckarna så mycket som möjligt. Demontera kedjan genom att lossa kedjelåset(6). Använd tång för att få loss låsbrickan. Montera på en ny kedja och sätt på kedjelåset. Låsbrickan skall monteras med den slutna änden i kedjans rörelseriktning(5). Använd tång för att montera låsbrickan(4). Se *fig: Kedjebyte*.

OBS! Hjulet måste riktas in parallellt med ramens centrumlinje. Oljud kan annars uppstå från kedjan då den kan ha tendens att hänga upp sig på drevens kuggtoppar.

Montera därefter de demonterade detaljerna enligt ovanstående men i omvänd ordning.

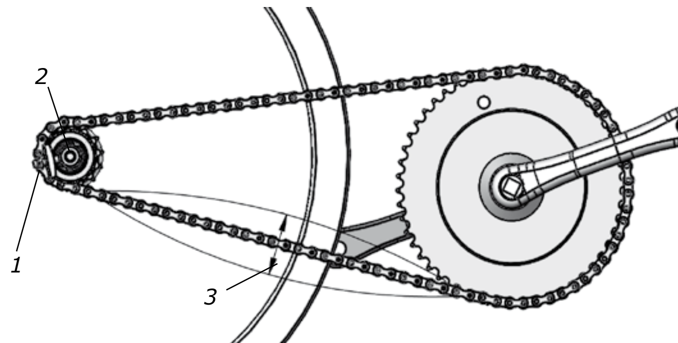



*Fig: Kedjejustering*
*1) Kedjesträckare*
*2) Hjulaxelmutter*
*3) Kedjespel*

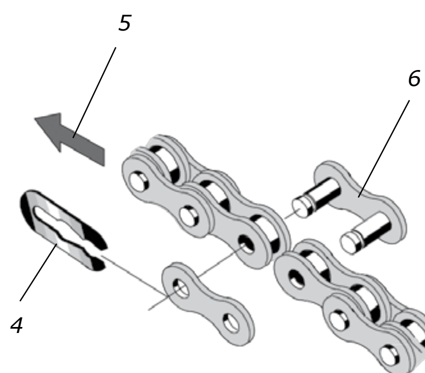



*Fig: Kedjebyte*
*4) Låsbricka*
*5) Kedjans rörelseriktning*
*6) Kedjelås*

## Frigångskrans

Vid byte av frigångskrans börja med att demontera eventuella ramkåpor. Demontera kedja enligt avsnitt ”Kedja 1/2” x 1/8””.

Lossa axelmuttrarna och lyft av hjulet. Tag av axelmutter, bricka, kedjesträckare och hylsa på frigångskranssidan. Byt ut frigångskransanslutning och montera igen enligt ovanstående punkter men i omvänd ordning.

OBS! Axelmuttern får ej dras åt helt. Anslutning – frigångskrans skall kunna lossas ett halvt varv.

Frigångskransen bör smörjas med olja någon gång per år. Luta cykeln något så att oljan lättare rinner in i lagringen. Se *fig: Smörjning*.



*Fig: Smörjning*

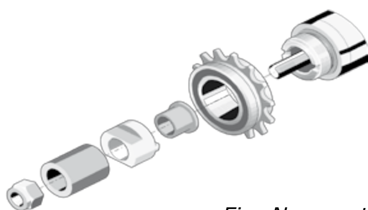
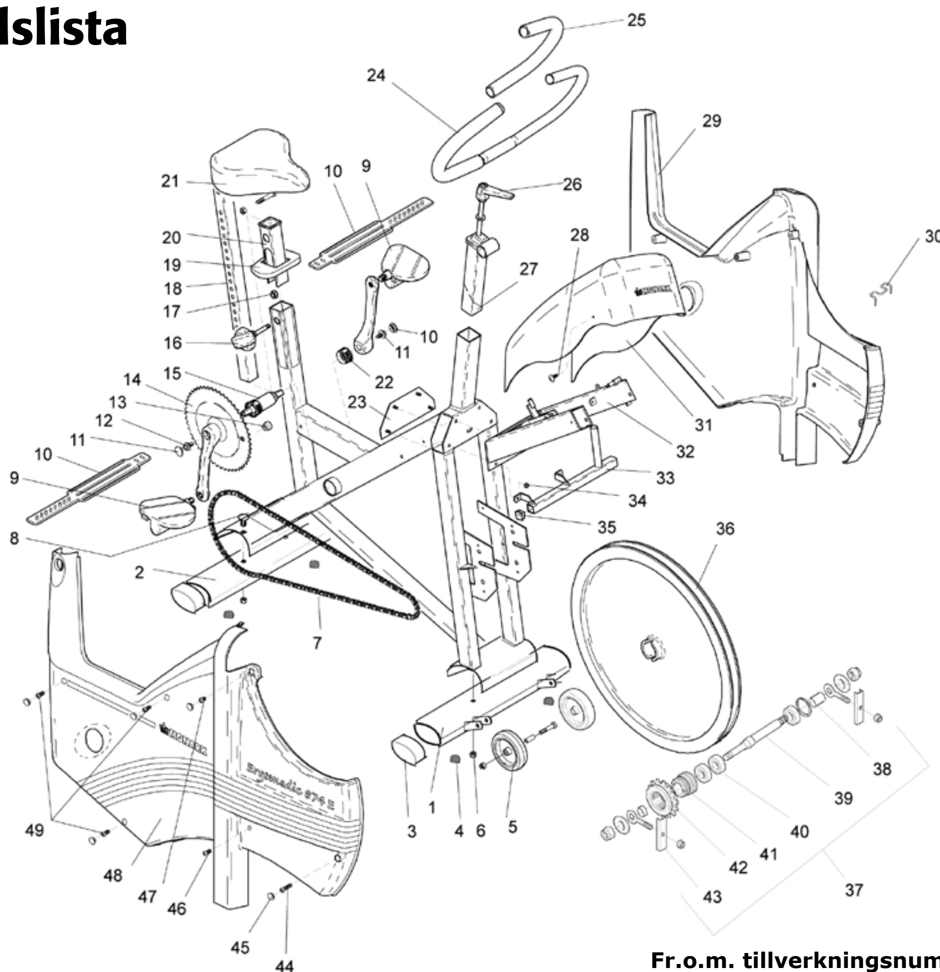


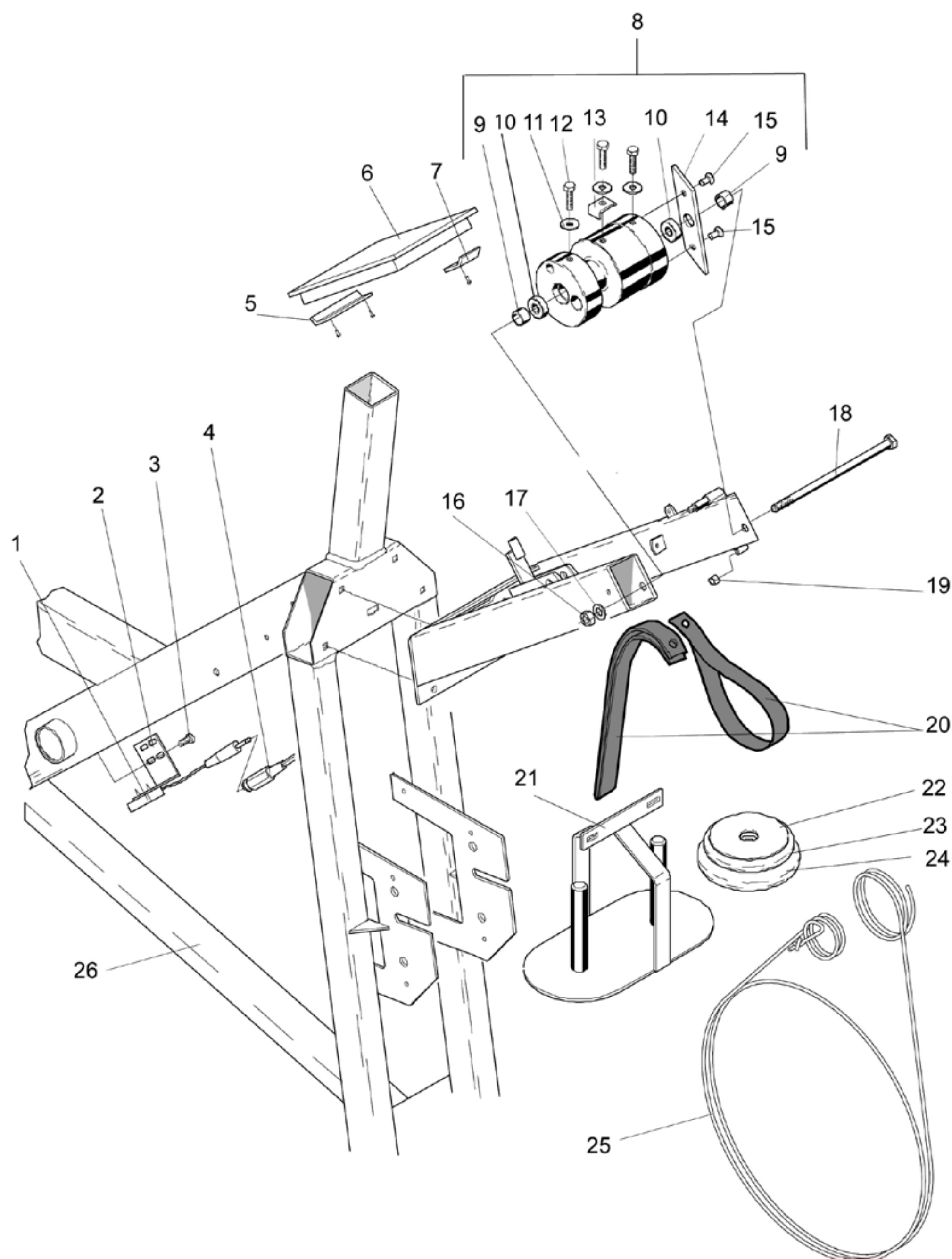
*Fig: Navmontage*

# Reservdelslista




**Fr.o.m. tillverkningsnummer: WBK 285390 H**

| Pos. | Ant. | Art. nr. | Beskrivning | Pos. | Ant. | Art. nr. | Beskrivning |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | **1** | **9301-15** | **Stödrör, främre** | **25** | **1** | **9126-72** | -Handtag blå, par |
| **2** | **1** | **9301-16** | **Stödrör, bakre** | **26** | **1** | **9100-180** | -Låsvred |
| **3** | **4** | **9328-51** | **Ändavslutning för stödrör, blå** | **27** | **1** | **9300-291** | -Expanderkil |
| **4** | **4** | **9328-26** | **Stödfot** | **28** | **2** | **5675-9** | **Skruv** |
| **5** | **1** | **9328-37** | **Transporthjul, (par) komplett** | **29** | **1** | **9394-71** | **Ramkåpa, vänster** |
| **6** | **4** | **5845** | **Låsmutter M8** | **30** | **1** | **9384-45** | **Linstyrning** |
| **7** | **1** | **9300-55** | **Kedja 1/2” x 1/8”, 116 l** | **31** | **1** | **9374-41** | **Instrumentkåpa** |
| **8** | **2** | **9300-12** | **Skruv MVBF M8x16 mm** | **32** | **1** | **9374-9** | **Belastningsram** |
| **9** | **1** | **9300-220** | **Pedal, par** | **33** | **1** | **9374-29** | **Vikthållare** |
| **10** | **1** | **9300-207** | **Rem för pedal, par** | **34** | **1** | **5843-9** | **Mutter M6** |
| **11** | **2** | **8523-2** | **Plastknopp** | **35** | **1** | **9302-28** | **Plastplugg** |
| **12** | **2** | **8523-115** | **Skruv M6S 8.8 M8 x 20 FZB** | **36** | **1** | **9300-3** | **Bromshjul** |
| **13** | **1** | **9326-164** | **Magnet** | **37** | **1** | **9300-24** | **Bromshjulsupphängning, kompl.** |
| **14** | **1** | **9300-430** | **Vevsats, komplett** | **38** | **1** | **9300-17** | -Distanshylsa, 23 mm |
| **15** | **1** | **8966-175** | **Kassettvevlager** | **39** | **1** | **9300-18** | -Navaxel |
| | **1** | **9300-133** | **Låsratt, komplett** | **40** | **3** | **19001-6** | -Kullager 6001-2z |
| **16** | **1** | **9300-122** | -Låsratt | **41** | **1** | **9106-14** | -Anslutning |
| **17** | **1** | **9300-134** | -Tryckbricka, kompl. med O-ring | **42** | **1** | **9106-13** | -Frikrans |
| **18** | **1** | **9300-138** | **Sadelstolpe** | **43** | **1** | **9000-12** | -Kedjesträckare (par) |
| **19** | **1** | **9300-123** | **Toppkåpa** | **44** | **1** | **5683** | **Skruv M5x75 mm** |
| **20** | **1** | **9300-115** | **Sadelrörsbussning** | **45** | **10** | **9306-12** | **Plastplugg** |
| **21** | **1** | **4994-5** | **Sadel** | **46** | **2** | **5673-9** | **Skruv M5x12 mm** |
| | **1** | **9300-114** | -Sadelklamma | **47** | **1** | **5681** | **Skruv M5** |
| **22** | **1** | **8966-176** | **Adapter till Shimanovevlager** | **48** | **1** | **9374-70** | **Ramkåpa, höger** |
| **23** | **1** | **9374-60** | **Fästplåt för belastningsram** | **49** | **3** | **5671-19** | **Skruv M5x20 mm** |
| **24** | **1** | **9300-280** | **Styre kompl. med styrstam** | | | | |




**Fr.o.m. tillverkningsnummer: WBK 285390 H**

| Pos. | Ant. | Art. nr. | Beskrivning | Pos. | Ant. | Art. nr. | Beskrivning |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | **1** | **9326-162** | **Sensor** | | **1** | **5878** | -Bricka |
| **2** | **1** | **9326-166** | **Sensorfäste** | **16** | **1** | **5844** | **Mutter M8** |
| **3** | **2** | **9326-59** | **Skruv** | **17** | **1** | **5864** | **Bricka M8** |
| **4** | **1** | **9326-263** | **Kabel** | **18** | **1** | **14374** | **Skruv M8 x 160 mm** |
| **5** | **1** | **9374-172** | **Fästbleck** | **19** | **1** | **9374-12** | **Dämpare** |
| **6** | **1** | **9374-170** | **Digitalmätare** | **20** | **1** | **9324-26** | **Upphängningsrem** |
| **7** | **1** | **9374-171** | **Fäste** | **21** | **1** | **9324-25** | **Viktkorg, 1 kg** |
| **8** | **1** | **9374-20** | **Spänncentrum, komplett** | **22** | **4** | **9102-30** | **Vikt, 0,1 kg** |
| **9** | **2** | **9127-37** | -Distanshylsa | **23** | **1** | **9102-27** | **Vikt, 0,5 kg** |
| **10** | **2** | **19088-6** | -Kullager, 608-2z | **24** | **4** | **9102-26** | **Vikt, 1 kg** |
| **11** | **2** | **5862** | -Bricka | **25** | **1** | **9384-47** | **Bromslina, komplett** |
| **12** | **3** | **14323-9** | -Skruv M6 x 16 mm | **26** | **1** | **9301-5** | **Ram** |
| **13** | **1** | **9324-70** | -Låsbricka | | **1** | **9339-98** | **Pulsbälte** |
| **14** | **1** | **9374-21** | -Lägesstopp | | | | |
| **15** | **2** | **14379** | -Skruv M6 x 16 mm | | | | |




Version 1311
Art. nr: 7950-305




KROONS VÄG 1, SE-780 50 VANSBRO, SWEDEN | WWW.MONARKEXERCISE.SE | TEL: +46(0)281 59 49 40 | FAX: +46(0)281 719 81